

заведующий (Астахова Мария Юльевна)

УТВЕРЖДАЮ

13.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.05.2024						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	7	0,08	6,23	0,08	56,25
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		400,00	8,08	12,21	46,74	331,54
Завтрак 2	ЯБЛОКО	65	0,28	0,28	6,78	32,5
Итого за завтрак 2		65,00	0,28	0,28	6,78	32,50
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0	0
Итого за на весь день		4,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	61	0,31	2,97	4,67	44,23
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	194	3,49	5,49	6,78	100,27
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2,95	3,65	13,31	118,97
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	63	13,52	4,91	3,58	116,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,2	8,24	39,9
	КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ	180	0,1	0,04	19,01	77,33
Итого за обед		650	21,49	17,26	55,59	497,36
Полдник	КЕФИР	188	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	31	1,77	1,4	22,5	109,8
	БАТОН	19	1,5	0,2	10,08	51,49
Итого за полдник		238,00	9,26	1,80	40,57	223,23
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	50	0,67	0,08	3,33	17
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	138	3,03	2,87	11,8	90,05
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	78	3,66	4,1	2,69	102,34
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	23	1,88	0,25	12,64	64,56
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		497,00	11,01	7,63	42,65	333,66
Итого за день		1840,00	50,12	39,18	192,33	1418,29
Среднее значение за период		1840,00	50,12	39,18	192,33	1418,29

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Мусинова Ирина Олеговна)